

---

---

# Psychische Auswirkungen der COVID-19-Pandemie bei freiberuflichen Berufsmusiker\*innen

## Psychological Effects of the COVID-19 Pandemic on Freelance Professional Musicians\*

---

---

DIRK ROSENBAUM (GÖTTINGEN) UND STEPHAN WEIBELZAHL (GÖTTINGEN)

\* Unveränderter Nachdruck aus:

Psychother Psychosom Med Psychol 2023; 73(08): 321-327

DOI: 10.1055/a-2017-5392

© 2023. Thieme.

### Zusammenfassung

Mit Beginn der Einschränkungen des öffentlichen Lebens in der COVID-19-Pandemie im März 2020 waren freiberufliche Berufsmusiker\*innen erheblichen pandemiebedingten Beschränkungen in der Ausübung ihres Berufes ausgesetzt. Aufgrund ihrer besonderen Arbeitsbedingungen galt diese Berufsgruppe schon vor der Pandemie als Hochrisikogruppe in Bezug auf psychische Gesundheit. Die vorliegende Studie untersucht die Stärke der psychischen Belastung bei Berufsmusiker\*innen während der Pandemie in Abhängigkeit psychischer Grundbedürfnisse sowie das Hilfesuche-Verhalten. Im Juli und August 2021 wurde in einer deutschlandweiten Stichprobe von N = 209 Berufsmusiker\*innen die psychische Belastung mit Hilfe der ICD-10 Symptom Checklist (ISR) gemessen. Darüber hinaus wurde ermittelt, inwieweit die psychischen Grundbedürfnisse der Musiker\*innen erfüllt sind und ob sie sich professionelle psychologische Hilfe suchen würden. Im Vergleich zu verschiedenen Kontrollgruppen vor und während der Pandemie zeigte sich eine signifikant stärkere Ausprägung der psychischen Symptomatik bei Berufsmusiker\*innen gegenüber der Allgemeinbevölkerung vor und während der Pandemie. Regressionsanalysen stützen die Annahme, dass pandemiebedingte Veränderungen bei den psychischen Grundbedürfnissen Lustgewinn bzw. Unlustvermeidung, Selbstwerterhöhung bzw. Selbstwertschutz und Bindung einen signifikanten Einfluss auf die Ausprägung der Depressionssymptomatik haben. Das Hilfesuche-Verhalten der Musiker\*innen nimmt dagegen mit Erhöhung der Depressionssymptomatik ab. Aufgrund der starken psychischen Gesamtbelastungen bei freiberuflichen Musiker\*innen besteht Handlungsbedarf, insbesondere in der Bereitstellung speziell angepasster psychosozialer Hilfsangebote.

### Schlüsselwörter

psychische Belastung, Depression, Angst, Berufsmusiker, Pandemie

---

### Abstract

With the onset of public life restrictions in the COVID 19 pandemic in March 2020, freelance professional musicians were exposed to significant pandemic-related restrictions in exercising their profession. Due to the particular working conditions, this professional group was already considered high at risk in terms of

mental health before the pandemic. The present study investigates the level of mental distress among professional musicians during the pandemic in relation to basic mental health needs and help-seeking behaviour. In July and August 2021, psychological distress was measured in a nationwide sample of N = 209 professional musicians using the ICD-10 Symptom Checklist (ISR). In addition, the extent to which the musicians' basic psychological needs are met and whether they would seek professional psychological help was determined. Compared to various control groups before and during the pandemic, professional musicians showed significantly higher levels of psychological symptoms than the general population before and during the pandemic. Regression analyses support the assumption that pandemic-related changes in the basic psychological needs of pleasure or displeasure avoidance, self-esteem enhancement or self-esteem protection and attachment have a significant influence on the expression of depression symptoms. The musicians' help-seeking behaviour, on the other hand, decreases with an increase in depression symptoms. Due to the high overall psychological stress among freelance musicians, there is a need for action, especially in the provision of specially adapted psychosocial support services.

### Keywords

COVID-19, psychological stress, depression, musicians, anxiety

## Einleitung

Mit Beginn der globalen COVID-19-Pandemie und dem Ausrufen eines internationalen Gesundheitsnotstands durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) im Januar 2020 wurde klar, dass diese Krankheit erhebliche Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit der Weltbevölkerung haben würde. Um eine Ausbreitung des COVID-19-Virus zu verhindern, wurden in vielen Ländern Hygiene- und Quarantänemaßnahmen ergriffen, Kontaktbeschränkungen erlassen und mehrere temporäre Massenquarantänen angeordnet. Diese Lockdowns betrafen einen Großteil des öffentlichen Lebens außerhalb systemrelevanter Arbeitsprozesse und Aktivitäten. Die Pandemie und die damit verbundenen Infektionsschutzmaßnahmen hatten nicht nur schwerwiegende wirtschaftliche und soziale Folgen, sondern betreffen auch die psychische Gesundheit. Die psychischen Auswirkungen der Pandemie-Einschränkungen sind, insbesondere in Europa, inzwischen gut belegt [1]. Stark erhöhte Prävalenzen von Depressions- und Angst-Symptomen zeigen sich in der Allgemeinbevölkerung [2] und ganz besonders in direkt betroffenen Berufsgruppen wie den Pflegekräften [3]. Andere Berufsgruppen, wie Musiker\*innen und andere Künstler\*innen standen dagegen bisher nicht im Mittelpunkt, obwohl auch bei ihnen eine starke Veränderung der Arbeitsbedingungen zu erwarten ist. Durch das

Auftrittsverbot waren plötzlich verschiedene psychische Grundbedürfnisse wie Bindung, Kontrolle und Selbstwertschutz [4] bedroht. Bereits vor der Pandemie galten Berufsmusiker\*innen auf Grund ihrer speziellen Arbeitsanforderungen als Hochrisikogruppe für psychische Störungen [5].

Die vorliegende Studie untersucht, inwieweit die psychischen Grundbedürfnisse in der Berufsgruppe der freiberuflichen Musiker\*innen unter den pandemischen Einschränkungen noch erfüllt waren und wie dies mit einer psychischen Belastung zusammenhängt. Die Ergebnisse zeigen außerdem, dass diese Gruppe dazu tendiert, sich trotz hoher psychischer Belastung keine professionelle Hilfe zu suchen.

### Psychische Belastungen und Herausforderungen bei Berufsmusiker\*innen

Berufsmusiker\*innen sind bei genauerer Betrachtung keine homogene Gruppe. In bisherigen psychologischen Studien sind Vertreter der klassischen Musik überrepräsentiert [6, 7]. Ein Grund dafür könnte sein, dass diese Untergruppe für Untersuchungen leichter erreichbar ist, weil sie häufig in großen Ensembles wie Orchestern und Chören organisiert ist. Das Genre ist darüber hinaus konfundiert mit dem beruflichen Status. Während klassische Musiker\*innen häufig in einem Angestelltenverhältnis arbeiten, sind Musiker\*innen anderer Genres